

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ В КОНТЕКСТЕ ИДЕЙ Б.Г. АНАНЬЕВА**

*Бесан М.П., Волчек А.И., Девярых С.Ю.  
УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов  
медицинский университет»*

В самом общем виде адаптация – способность всего живого изменять свою физическую и функциональную организацию в соответствии с особенностями окружающей среды. В адаптации взаимодействуют две переменные: потребности живого и особенности среды обитания. В этой связи можно говорить о том, что адаптация индивидуальна и относительна, а процесс ее бесконечен [3].

Социальная адаптация – качественно новый уровень адаптации. Психологи рассматривают ее как процесс достижения динамического равновесия между потребностями индивида и возможностями их удовлетворения при вхождении его в новую для него социальную среду [2].

Человек – существо биосоциальное, и в этом – сложность его рассмотрения в психологии. Б.Г. Ананьев разработал принципиально новый подход к исследованию человека в психологии, выделив в системе человековедения четыре основных понятия: индивид, субъект деятельности, личность, индивидуальность.

Согласно Б.Г. Ананьеву, в понятии индивид подчеркивается биологическая сущность человека. Человек как индивид обладает определенными свойствами, среди которых первичные индивидуальные (возрастные особенности, половой диморфизм, индивидуально-типологические и конституционные, нейродинамические свойства мозга и особенности функциональной геометрии

больших полушарий) и определяемые им вторичные индивидуальные (динамика психофизических функций и структура органических потребностей) Интеграция всех этих свойств обуславливает темперамент и задатки человека.

Личность характеризует человека как социальное существо и определяет свойства, не заданные от природы (нормы и ценности), но формирующиеся и проявляющиеся в общении. Личность определяет социальное поведение человека.

Субъект деятельности соединяет в себе биологическое начало и социальную сущность человека. Человек как субъект деятельности – это индивид как носитель сознания, способный к деятельности.

Таким образом, индивидуальность – это совокупность психических, физиологических и социальных особенностей человека с точки зрения его уникальности и неповторимости [1].

В соответствии с методологической концепцией Б.Г. Ананьева, каждому из аспектов будет соответствовать свой компонент адаптации.

Уровню индивида будет соответствовать нервно-психическая адаптация, предполагающая подстройку нервно-психической организации индивида в соответствии с требованиями среды. Данный уровень отражает состояние психического здоровья и степень психических затрат, необходимый для выполнения заданной деятельности. Показателями адаптированности на этом уровне могут выступать характер и динамика сна, преобладающие психические состояния, их длительность и их влияние на текущую деятельность человека.

Уровень субъекта деятельности представлен деятельностным компонентом адаптации. Под деятельностной адаптацией здесь можно понимать процесс взаимодействия личности деятеля и среды, в которой разворачивается его деятельность, освоение форм и способов деятельности. Показателями этого уровня адаптированности может выступать приспособление деятеля к новым для него требованиям и обязанностям, овладение навыками деятельности и развитие общего положительного отношения к новой для него деятельности.

Уровню личности в данной модели социальной адаптации будет соответствовать социально-психологическая адаптация как процесс взаимодействия личности и новой для него социальной среды, подразумевающей адекватное соотношение целей и ценностей личности и группы, соответствие социально одобряемого поведения и деятельности ее внутренней структуре: интересам, идеалам, социально-психологическим установкам. Показателями этого уровня адаптированности может служить качество и характер отношений личности с членами группы, принятие ею требований и норм, организующих ее жизнедеятельность.

Объединение всех трех выделенных компонентов (нервно-психического, деятельностного, социально-психологического) и определяет уникальность, как процессуальных особенностей протекания процесса адаптации, так и его результаты.

Литература:

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания – СПб: Речь, 2001. – 288 с.
2. Розум С.И. Психология социализации и социальной адаптации. – СПб.: Речь, 2005. – 365 с.
3. Селье Г. Стресс без дистресса. – М.: Прогресс, 1982 – 124 с.